

SKRIPSI

***STUDY KOMPARASI* RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN AIR REBUSAN SERAI
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN PENDERITA
HIPERTENSI DI KELURAHAN PANGALI-ALI**



Oleh

ROSMINI

B0219005

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS SULAWESI BARAT

KABUPATEN MAJENE

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul :

***STUDY KOMPARASI* RENDAMAN KAKI AIR HANGAT DENGAN
REBUSAN SERAI DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
PASIEN PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN PANGALI-ALI**

Disusun dan diajukan oleh :

Rosmini

B0219005

Telah disetujui untuk disajikan dihadapan tim penguji pada seminar hasil program studi S1 Ilmu keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Dewan Pembimbing

Pembimbing I



Junaedi Yunding, M.Kep., Sp.Kep.MB

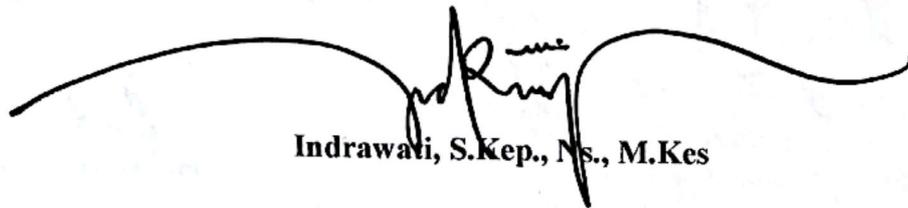
Pembimbing II



Weny Anggraini A, S.Kep.,Ns., M.Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

**STUDY KOMPARASI RENDAMAN KAKI AIR HANGAT DAN RENDAMAN KAKI
REBUSAN SERAI DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN PANGALI-ALI**

Disusun dan diajukan oleh :

ROSMINI

B0219005

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat

Ditetapkan di Majene Tanggal

Dewan Penguji

Masyita Haerianti, S.Kep., Ns., M.Kep

(.....)

Kurnia Harli., BSN., MSN

(.....)

Aco Mursid, S.Kep., Ns., M.Kep

(.....)

Dewan Pembimbing

Junaedi Yunding, M.Kep., Sp.Kep.MB

(.....)

Weny Anggraini A, S.Kep.,Ns., M.Kep

(.....)

**Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan**



**Ketua
Program Studi Ilmu Keperawatan**

Indrawati, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 19790630 200502 2 011

ABSTRAK

Nama : Rosmini

Program studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Judul : *Study Komparasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Air Rebusan Serai Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Kelurahan Pangali-Ali*

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah kesehatan global dan faktor risiko utama berbagai komplikasi. Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya secara farmakologis, tetapi juga melalui terapi non-farmakologis seperti hidroterapi. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efektivitas terapi rendaman kaki air hangat dan rendaman kaki rebusan serai dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan pendekatan two group pre-post test. Sampel terdiri dari 32 responden yang dibagi menjadi dua kelompok: terapi rendam kaki air hangat dan terapi rendam kaki rebusan serai. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut, masing-masing selama 15 menit. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua terapi dapat menurunkan tekanan darah, namun rendaman kaki dengan air rebusan serai lebih signifikan dalam menurunkan tekanan darah sistolik ($p = 0,031$), sementara tidak terdapat perbedaan signifikan pada tekanan darah diastolik ($p = 0,525$). Kesimpulan, terapi rendaman kaki dengan air rebusan serai lebih efektif menurunkan tekanan darah sistolik dibandingkan rendaman air hangat biasa.

Kata Kunci : Hipertensi, Rendaman Kaki, Air Hangat, Serai, Terapi Non-Farmakologis

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyakit yang selalu menjadi perhatian di dunia, pasalnya penyakit hipertensi merupakan penyebab morbiditas terbesar di dunia. Hipertensi kerap disebut *silent killer* karena gejala hipertensi yang sulit dikenali dan bahkan tidak memunculkan gejala satu pun (Kartika & Mirsiyanto, 2021). Hipertensi merupakan kelainan sistem sirkulasi darah yang menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah diatas normal atau peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Ayu, 2022).

Penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025 dari total keseluruhan penduduk di dunia dan mortalitas yang disebabkan bisa mencapai 9,4 juta individu. *World Health Organization* pada tahun 2019 menyatakan terdapat 1,13 miliar orang dengan hipertensi diseluruh dunia (WHO, 2019). Menurut RISKESDAS dalam (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sulawesi Barat tercatat penderita hipertensi sebanyak 34,77%. Berdasarkan data Puskesmas Banggae 1 Kabupaten Majene (2022) bahwa penderita hipertensi mencapai angka 2.959 kasus atau sekitar 32.34%. Di wilayah Puskesmas Banggae 1 Majene menempati urutan pertama penderita hipertensi dengan jumlah 895 orang dan di Kelurahan Pangali-ali penderita hipertensi di tahun 2023 sebanyak 589 orang.

Hipertensi terbagi menjadi dua berdasarkan penyebabnya yaitu hipertensi sekunder dan primer. Hipertensi sekunder terjadi akibat stenosis arteri renalis, sedangkan hipertensi primer terjadi karena adanya faktor keturunan, ciri seseorang yang mempengaruhi timbulnya hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, ras dan faktor kebiasaan hidup terdiri dari gaya hidup yang tidak sehat yang aktifitas fisiknya kurang, perilaku merokok, minum-minuman beralkohol, konsumsi garam yang berlebihan, stres dan pola makan

yang buruk sehingga memicu terjadinya obesitas (Kartika & Mirsiyanto, 2021).

Penderita hipertensi yang tidak rutin untuk mengontrol tekanan darahnya akan menimbulkan komplikasi penyakit yang sangat berisiko bagi kesehatannya. Hipertensi tidak memandang usia, penyakit ini pada umumnya dialami oleh orang dewasa namun anak-anak juga dapat mengalami hipertensi karena ketidakmampuan tubuhnya menghasilkan nitrogen monoksida.

Hipertensi dapat ditandai dengan gejala ataupun tanpa gejala yang memberi ancaman bagi kesehatan (Ainurrafiq, 2019). Gejala klinik hipertensi seperti sakit kepala, epistaskis, jantung berdebar, sulit bernafas setelah bekerja keras, mudah lelah, pemarah, telinga berdengung, pusing, tinnitus dan pingsan. Gejala-gejala tersebut bukanlah gejala yang spesifik terhadap hipertensi sehingga gejala yang dirasakan mungkin dianggap gejala yang biasa sehingga menyebabkan dilakukan penanganan (Tika, 2021). Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak apabila tidak ditangani sedini mungkin dengan pengobatan (Ayu, 2022).

Secara garis besar pengobatan hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu pengobatan farmakologis dan Non-farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan obat-obatan dan penatalaksanaan medis, sedangkan pengobatan non-farmakologis adalah pengobatan tradisional atau komplementer alternatif (Novari, 2021). Salah satu pengobatan terapi komplementer yang dapat menurunkan tekanan darah digunakan intervensi secara mandiri dan bersifat alami yaitu hidroterapi kaki (rendam kaki air hangat). Efek hidroterapi dihasilkan dari kemampuan dalam memanfaatkan respon tubuh terhadap suhu panas, dingin maupun keduanya untuk membantu dalam tahap penyembuhan. Rendam kaki air hangat akan menstimulus suhu tubuh dan memicu terjadinya peningkatan *endothelialia nutrit oxide synthase*(eNOS) yang merupakan enzim yang diproduksi oleh sel endotel, yaitu sel-sel yang melapisi bagian dalam pembuluh darah. dan berdampak pada kekakuan pembuluh darah arteri dan proses peningkatan aliran darah ke seluruh tubuh (Wulandari, 2022).

Terapi air hangat dapat dikombinasikan dengan serai. Serai dapat menurunkan tekanan darah karena serai sebagai sumber zat kolestrol yang dapat menurunkan resiko hipertensi. Serai bermanfaat sebagai anti radang, menghilangkan rasa sakit kepala dan melancarkan sirkulasi darah. Terapi rendam kaki air hangat ditambahkan serai dapat memberikan kehangatan bagi tubuh sehingga terjadi penurunan tekanan darah pada hipertensi (Fitrina et al., 2021). Air untuk terapi ditetapkan dengan suhu 31 sampai 37 diatas suhu tubuh sehingga pasien merasa nyaman. Terapi dilakukan selama 15-20 menit dengan merendam bagian bawah lutut sampai mata kaki selama 3 hari. (R. R. Anggraini, 2021).

Hidroterapi dianggap dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin, jenis yang dipilih adalah terapi kaki air hangat, secara ilmiah air hangat mempunyai manfaat fisiologis bagi tubuh dan berdampak pada pembuluh darah dimana air hangat membuat sirkulasi menjadi lancar (Haerunnisa, 2022). Perendaman air hangat akan berpindah ke dalam tubuh dan akan memperlebar pembuluh darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga dapat memperlancar sirkulasi darah yang mempengaruhi tekanan arteri. Peredaman kaki akan merangsang saraf yang ada ditelapak kaki untuk merangsang baroreseptor, dimana baroreseptor merupakan reflek paling utama dalam meregulasi pada denyut jantung dan tekanan darah.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada perubahan tekanan darah menggunakan terapi rendam kaki air hangat dan air rebusan serai pada pasien hipertensi?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Diketahui perbedaan Tekanan Darah menggunakan Terapi Rendam kaki air hangat dan air rebusan serai pada pasien penderita hipertensi.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Diketahui perubahan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat.
2. Diketahui perubahan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi rendam kaki rebusan serai
3. Diketahui perbedaan perubahan tekanan darah menggunakan terapi rendam kaki air hangat dan terapi rebusan serai

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Responden

Menambah pengetahuan tentang perubahan Tekanan Darah menggunakan Terapi Rendam kaki Air rebusan serai dan Terapi Rendam kaki Air Hangat pada pasien Hipertensi.

1.4.2. Bagi Peneliti

Dapat mengetahui perbedaan terapi rendam kaki air rebusan serai dan terapi rendam kaki air hangat pada penderita hipertensi.

1.4.3. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan memberikan informasi kepada Masyarakat mengenai perubahan Tekanan darah menggunakan terapi rendam kaki air rebusan serai dan terapi rendam kaki air hangat pada pasien Hipertensi.

1.4.4. Bagi Tenaga Kesehatan

Harapan penelitian ini tenaga Kesehatan semakin intensif dalam menangani kejadian hipertensi dengan menerapkan Terapi Rendam kaki Air Rebusan serai dan terapi rendam kaki air hangat untuk perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi.

BAB VI

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air rebusan serai:

Terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik secara bertahap selama tiga hari pelaksanaan terapi rendam kaki dengan air rebusan serai. Penurunan tekanan darah terutama terlihat pada tekanan sistolik yang menurun signifikan dari hari ke hari. Intervensi ini terbukti memberikan efek yang konsisten dan signifikan secara klinis terhadap penurunan tekanan darah, khususnya tekanan sistolik.

2. Perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air hangat:

Terapi rendam kaki air hangat juga menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik yang stabil, meskipun tidak sebesar kelompok serai. Tekanan darah diastolik cenderung tetap atau mengalami sedikit perubahan. Efek relaksasi dari rendaman air hangat turut membantu menurunkan tekanan darah secara bertahap.

3. Perbedaan antara rendaman kaki air hangat dan rebusan serai:

Terdapat perbedaan yang signifikan dalam penurunan tekanan darah sistolik antara kedua kelompok, di mana rendaman kaki rebusan serai lebih efektif dibandingkan rendaman air hangat biasa. Namun, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada tekanan darah diastolik. Hal ini menunjukkan bahwa serai memberikan efek tambahan dalam membantu penurunan tekanan darah sistolik, tetapi tidak memiliki keunggulan yang signifikan untuk tekanan diastolik dibandingkan air hangat.

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Institusi (Fakultas Ilmu Kesehatan Unsulbar)

Diharapkan dapat mendorong pengembangan dan penerapan terapi keperawatan *non-farmakologis*, seperti rendaman kaki air hangat dan rebusan serai, dalam kegiatan praktik klinik maupun praktik komunitas. Selain itu, institusi dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan ajar tambahan pada mata kuliah keperawatan komunitas dan keperawatan gerontik agar mahasiswa memiliki wawasan dan keterampilan dalam penerapan terapi komplementer berbasis bukti (*evidence-based practice*). Disarankan pula agar fakultas mendukung kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat berbasis herbal lokal dan pendekatan holistik, khususnya yang relevan dengan isu kesehatan masyarakat di Sulawesi Barat.

2. Bagi masyarakat (penderita hipertensi)

Disarankan untuk memanfaatkan terapi rendam kaki dengan air rebusan serai sebagai salah satu alternatif non-farmakologis dalam menurunkan tekanan darah, terutama pada penderita hipertensi ringan hingga sedang. Terapi ini dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan bahan yang mudah diperoleh dan aman digunakan.

3. Bagi institusi layanan kesehatan

Puskesmas atau posyandu dapat mengintegrasikan terapi rendaman kaki sebagai bagian dari kegiatan pencegahan dan pengendalian hipertensi, terutama di wilayah dengan prevalensi tinggi seperti Kelurahan Pangali-Ali.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan durasi intervensi yang lebih panjang untuk melihat dampak jangka panjang terapi ini. Selain itu, disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti denyut jantung, tingkat stres, atau tingkat kepatuhan pasien agar hasil penelitian lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, Risnah, M. U. A. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. 2(3), 192–199.
- Amri, V. W. A. T. L. F. (2021). Prevalensi dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. 9(1), 1–9.
- Anggraini, N., & Yuliana, S. (2022). Efektivitas rendaman kaki rebusan serai terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan Tradisional*, 12(1), 45–52. <https://doi.org/10.1234/jkt.v12i1.223>
- Anggraini, R. R. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Serai Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Milir Karangpandan. 000, 2–3.
- Anggraini, S., & Yuliana, D. (2022). Efektivitas terapi rendam kaki dengan aromaterapi terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sehat*, 10(1), 45–52.
- Arifin, N., & Mustofa, A. (2021). Penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Ners Muda*, 2(No. 3), 106. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8133>
- Arisonaida, Y. (2024). Efektivitas Senam Prolanis Dan Rendaman Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5 No. 2(Juni), 3726–3736.
- Ayu, D. et al. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Kesehatan Masyarakat*, 10, 136–147.
- Azwar. (2022). Rendaman Kaki Air Hangat Untuk Hipertensi. *Pustaka Taman Ilmu*.
- Batjun, M. T. (2015). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja PuskesmasKecamatan Kebun Jeruk Jakarta Barat.
- Biahimo, N. U. I., Mulyono, S., & Herlinah, L. (2020). Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 5(1), 9–16.

- Dewi, N. K. O. P. (2021). Efektivitas Konsumsi Jus Pisang Ambon Dan Jus Kiwi Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah RW 03 Kelurahan Kebon Kosong Kecamatan Kemayoran Tahun 2021.
- Dharma, K. K. (2015). Metodologi Penelitian Keperawatan. Tim Trans Info Media.
- Donsu, J. D. T. (2021). Metodologi Penelitian Keperawatan (1st ed.). PUSTAKABARU PRESS.
- Edita, P., Panjaitan, D., Fauzia, N., Ima, S., Mimik, R., Nur, W., Santi, R., Tuti, M., Yrni, A., & Yosephine. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pre eklampsia Berat. *Jurnal Kebidanan*, 12 No. 2(2), 102–113.
- Ernawati, L., Fandinata, selly septi, & Permatasari, silfiana nisa. (2020). BUKU REFERENSI: Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi: Pengukuran Dan Cara Meningkatkan Kepatuhan (L. Ernawati, selly septi Fandinata, & S. Nisa (eds.); 1st ed.). Penerbit Graniti.
- Fitriana, D., & Lestari, N. (2022). Efektivitas hidroterapi hangat pada kaki terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sehat*, 10(3), 89–95.
- Fitriana, L., & Lestari, M. (2022). Pengaruh rendaman kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 13(2), 75–81. <https://doi.org/10.xxxx/jikk.v13i2.75>
- Fitriana, L., & Lestari, R. (2022). Efektivitas terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 10(1), 45–52.
- Fitrina, Y., Anggraini, D., & Anggraini, L. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. 4(2), 1–10.
- Haerunnisa. (2022). Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Hipertensi. 21–25.
- Handayani, L. T. (2018). Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 10(1), 47–54.

- Hastuti, apriyani puji. (2020). HIPERTENSI (I. made Ratih (ed.); 2nd ed.). Penerbit Lakeisha.
- Hervina, Simamora, R. S., & Agustina, L. (2024). Hubungan Penerapan Komunikasi Terapeutik dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Dewasa Akhir Usia (40-60) Tahun di Puskesmas Mustika Jaya Tahun 2023. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan.*, 14 No.1(Maret).
- Kartika, M., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Kesmas*, 5(1), 1–9.
- Kurnia, A. (2020). Self-Management Hipertensi (Tika Lestari (ed.)). CV.Jakad Media Publishing.
- Kurniawan, H., & Sari, R. (2021). Hubungan antara terapi nonfarmakologis dan penurunan tekanan darah sistolik pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 133–140. <https://doi.org/10.31227/jikm.v9i2.181>
- Lestari, D. A., & Kurniawan, B. (2022). Pemberdayaan kader dalam pencegahan hipertensi melalui terapi non-farmakologi di masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 109–116.
- Liyana, L. N. (2023). Aplikasi Hidroterapi Rendam Kaki Hangat Campuran Garam Dan Serai Dengan Resiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Pada Hipertensi. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Manuntung, A. (2019). TERAPI PERILAKU KOGNITIF PADA PASIEN HIPERTENSI (A. Manuntung (ed.); 1st ed.). WINEKA MEDIA.
- Mufarokhah, H. (2020). Hipertensi Dan Intervensi Keperawatan (H. Mufarokhah (ed.); 1st ed.). Penerbit Lakeisha.
- Ningsih, M., Putra, Y., & Hadi, S. (2020). Efektivitas rendaman kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(3), 112–118. <https://doi.org/10.31227/jik.v8i3.56789>
- Novari, N. & E. (2021). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Sp 4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadau. 2(2).
- Nugroho, A., & Pratama, R. (2020). Terapi air hangat dan pengaruhnya terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi tahap awal. *Jurnal Keperawatan*

- Terapan, 6(2), 75–80. <https://doi.org/10.24198/jkt.v6i2.33421>
- Nuraini, D., & Wahyuni, S. (2023). Stres dan pengaruhnya terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: Tinjauan psikologis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan*, 7(1), 22–29.
- Nuraini, S., & Saputri, F. D. (2021). Manfaat rendaman kaki air hangat terhadap tekanan darah dan kecemasan pada lansia. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9(1), 38–45. <https://doi.org/10.25139/jkh.v9i1.45678>
- Nuriza, I. D., Andora, N., & Budiati, E. (2024). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Daun Serai. *Media Husana Journal of Nursing Sciences*, 5(2), 82–90.
- Octavia, M. V., Indaryati, S., & Daeli, N. E. (2024). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam dan Serai Pada Pasien Hipertensi di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 2 No. 3(September).
- Prihanti, G. S. (2016). *Pengantar Biostatistik*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Putri, A. D., & Suryani, I. (2021). Kandungan flavonoid pada serai dan manfaatnya untuk kesehatan jantung. *Jurnal Fitofarmaka Indonesia*, 8(1), 55–61.
- Putri, A. W., & Suryani, R. (2021). Pengaruh rendaman kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(1), 77–83.
- Putri, W. A., & Suryani, T. (2021). Efektivitas rebusan serai dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi: Studi kuasi eksperimen. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 7(3), 88–95. <https://doi.org/10.xxxx/jkh.v7i3.88>
- Rahmawati, E., & Handayani, D. (2023). Aromaterapi serai terhadap penurunan tekanan darah dan kecemasan pasien hipertensi. *Jurnal Terapi Komplementer*, 5(1), 23–29. <https://doi.org/10.xxxx/jtk.v5i1.23>
- Rahmawati, I., & Handayani, E. (2023). Hubungan durasi terapi non-farmakologis dengan perubahan tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi. *Jurnal Medika Prima*, 11(2), 92–98.

- Rahmawati, L., & Handayani, M. (2023). Efektivitas rebusan serai dalam menurunkan tekanan darah: Studi eksperimen pada penderita hipertensi ringan. *Jurnal Kesehatan Herbal Nusantara*, 5(2), 77–83.
- Riamah, & Carles. (2021). Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Tomat Dengan Terapi Rendam Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Menara Ilmu*, XV No. 01(Januari), 67–74.
- Ridwan, M. (2020). Mengenal, Mencegah Dan Mengatasi Silent Killer Hipertensi (S. Ika (ed.); 1st ed.). Romawi Pustaka.
- Satiyem, Murtanibsih, D., & Pradessty, A. D. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kebidanan (JBd)*, 4 No.1(Juni).
- Savitri, A. (2016). Tanaman Ajaib Basi Penyakit Dengan Toga (Tanaman Obat Keluarga) (A. Savitri (ed.); 1st ed.). Bibit Publisher.
- Sirait, diyan M., Saragih, M. U. M., & Sitohang, N. A. (2024). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Sebagai Penerapan Holistic Care: A Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 13 No. 1(Juni), 93–106.
- Supriyono. (2019). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Tekanan Darah Sistole Pada Peserta Pelatihan Manajemen Puskesmas. *Inspirasi*, 10, 32–48.
- Susanti, D., & Ramadhani, T. (2021). Intervensi keperawatan komunitas: pendekatan terapi non-farmakologi untuk hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Komunitas*, 5(2), 60–67.
- Susanti, E., & Ramadhani, R. (2021). Terapi herbal dan non-farmakologi dalam manajemen hipertensi: Studi literatur. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 11(2), 101–110.
- Syamsudin, A., & Dewi, M. (2023). Pendekatan kombinasi terapi relaksasi dalam pengelolaan tekanan darah: Tinjauan literatur. *Jurnal Evidence-Based Nursing*, 4(1), 12–20. <https://doi.org/10.37149/ebnursing.v4i1.11223>
- Syamsudin, F., & Dewi, L. (2023). Perbandingan efektivitas terapi herbal dan farmakologi dalam menurunkan tekanan darah. *Jurnal Kesehatan*

- Komunitas Indonesia, 4(1), 40–47.
- Taufan, A., Anggy, D. P., Joko, W., & Sulastyawati. (2024). Hubungan Usia Dengan Peningkatan Tekanan Darah Post Hemodialisa Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 10 No. 01(Maret).
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi : Sebuah Studi Literatur. *Medika Utama*, 03(01), 1260–1265.
- Trisnawan, A. (2019). *Mengenal Hipertensi* (Ade (ed.)). Mutiara Aksara.
- Ulung, G. (2014). *Sehat Alami dengan Herbal: 250 tanaman berkhasiat obat+60 Resep Makanan & Minuman Sehat* (G. Ulung (ed.)). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ummy, A. N., Andri, A., & Fahnan, S. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. 1(Juli), 53–59.
- Wahyuni, L., & Hidayat, A. (2023). Efektivitas rendaman kaki air hangat terhadap tekanan darah lansia di panti wredha. *Jurnal Keperawatan Sehat Jiwa*, 7(2), 54–60.
- Widiyono, Indriyati, Budi, T., & Astuti. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi* (Widiyono, Indriyati, T. Budi, & Astuti (eds.); 1st ed.). Lembaga Chakra Barhmana Lentera.
- Widyaswara, C. D., Mahayanti, A., Maura, T., & Cb, H. (2022). Effect of Warm Water Foot Soak Hydrotherapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Elderly in Kembangan District, Candibinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta. *Keperawatan Klinik Dan Komunitas*, 6(Oktober), 145–155. <https://doi.org/10.22146/jkkk.75264>
- Wulandari, I. D. M. A. S. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Daun Serai Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Tegalrejo Summersari. 1–14.
- Wulandari, M., & Harahap, R. (2023). Pemanfaatan terapi tradisional dalam keperawatan komunitas untuk penderita hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 59–66.
- Wulandari, R., & Harahap, N. (2023). Pemanfaatan tanaman herbal lokal sebagai terapi alternatif nonfarmakologis hipertensi di wilayah perkotaan. *Jurnal*

Keperawatan Komunitas, 6(2), 101–109.

Yossi Fitriana, Dian Anggraini, L. A. (2022). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Garam Dan Serai Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Tigo Baleh Bukit Tinggi Tahun 2021. *Afiyah*, IX(1), 73–74.

Yuliawan, K. (2021). Pelatihan smartpls 3.0 untuk pengujian hipotesis penelitian kuantitatif. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 43–50.